

## **MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET TENIS LAPANGAN UMS**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Progam Studi Strata (S1) pada  
Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

**Diajukan Oleh :**

**HUTAMA PRAMUDIPTA**  
**F100120028**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2017**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET TENIS LAPANGAN UMS**

**PUBLIKASI ILMIAH**

Oleh :

**HUTAMA PRAMUDIPTA**

**F100120 028**

Telah diperiksa dan disetujui oleh :

Dosen Pembimbing



**Dra. Partini, M.Si**

Surakarta, 10 Agustus 2017

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET TENIS LAPANGAN UMS**

Yang diajukan oleh  
**HUTAMA PRAMUDIPTA**  
**F 100 120 028**

Telah dipertahankan di depan Dewan penguji  
Pada tanggal 8 Agustus 2017  
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

**Dra. Partini, M.Si**



Penguji Pendamping I

**Aad Satria P., S.Psi, MA**



Penguji Pendamping II

**Santi Sulandari, S.Psi., M.Ger**



Surakarta, 10 Agustus 2017

Universitas Muhammdiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan



**Dr. Moordiningsih, M.Si, P.Si**

**NIK/NIDN. 876/061512740**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 10 Agustus 2017

Penulis



**(Hutama Pramudipta)**

F 100 120 028

## **MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET TENIS LAPANGAN UMS**

### **ABSTRAK**

Motivasi berprestasi dibutuhkan oleh semua atlet olahraga sebagai sebuah dorongan untuk mencapai tujuan yang dihendakinya. Tim tenis lapangan Universitas Muhammadiyah Surakarta terbentuk pada tahun 2008 dan sejak tahun 2009 sampai dengan tahun 2016 belum mampu memperoleh satu pun prestasi baik tingkat daerah hingga tingkat nasional. Tujuan penelitian untuk mengetahui dan memahami motivasi berprestasi pada atlet tenis lapangan UMS. Penelitian ini dilakukan pada 5 orang atlet tenis lapangan UMS. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan ketika atlet tenis lapangan UMS menghadapi pertandingan muncul pikiran dan penilaian lawan yang dihadapi lebih unggul, memiliki kualitas permainan lebih baik dan memiliki *track record* prestasi yang bagus. Faktor yang mendasari hal tersebut rendah nya motivasi diri atlet untuk berprestasi ketika bertanding bertemu lawan atau tim kuat, minimnya jam terbang bertanding atlet dan kurang matang mental bertanding atlet. Hubungan dan komunikasi antara atlet dan pelatih tergolong cukup baik baik di dalam lapangan maupun di luar lapangan. Peran pelatih diberikan kepada atlet ketika bertanding memberi dorongan semangat, memotivasi pada atlet dan memberi arahan instruksi bermain. Suasana pertandingan menurut atlet mempengaruhi penampilan saat bertanding. Kurang nya kondusif suasana di dalam lapangan disebabkan sorak penonton, komentar negatif dari penonton dan sikap tidak adil wasit memimpin pertandingan menghambat atlet untuk tampil optimal. Pasca pertandingan evaluasi terkait penampilan atlet yang dilakukan untuk memperbaiki dan menunjang performa atlet yang sebelumnya kurang optimal. Penilaian dari tim UMS terhadap atlet berupa apresiasi dan kritikan negatif terkait hasil pertandingan yang diperoleh ketika atlet mampu memenangkan dan gagal memenangkan pertandingan.

kata kunci : motivasi berprestasi, tenis lapangan, atlet tenis lapangan

### **ABSTRACT**

Achievment motivation is an athlete impuls to get the highest achievement. Tennis team University of Muhammadiyah Surakarta was formed since 2008 and from 2009 to 2016 has not been ablet to get achievement at the regional and national levels. The purpose of the research is to understand about achievement motivation of UMS athlete. This research was conducted on 5 UMS athletes who are still UMS students from various faculties and majors. The method used in this research is qualitative method with descriptive approach. Data accumulation methods in this study using interviews and observation. Research results show when UMS tennis athletes confront the game arises mind and judgment of opponents who be faced superior has better quality game and has a good tract record achievement. The UMS

team has never won any achievement during the game the underlying factor is the low motivation of the athlete to perform when competing, meet the opponent or strong team lack of athletic and less mature athletes compete in athletes, relationship and athletes communication and communication between athletes and coaches are quite good both in the field and of the field. The coach figure is a firm and disciplined figure for tennis athletes. Coach are given to athletes when competing to give encouragement, enthusiasm, motivation to athletes who provide instructuin in play. An athlet playing atmosphere affects the performance of the game. Less conducive in the field due to cheers of spectators, negative comments from the audience and the unjust attitude of the referee lead the game inhibits the athlete to perform optimally. Post game athletes, the coach and the UMS team perform an evaluation related to the performed to improve and support the performance of athletes who were previously less than optimal. Research from UMS team to athletes in the form of appreciation and negative criticism related to the result of the match obtained when the athlete won and failed the match.

Key word : Achievement motivation, tennis court, tennis athlete

## **1. PENDAHULUAN**

Unit kegiatan mahasiswa tenis lapangan UMS berdiri pada periode 2008/2009, dan setelah turun Surat Keterangan dari universitas bagian kemahasiswaan (Bagmawa) terbentuk tim tenis lapangan UMS. Tim tenis lapangan memiliki sejumlah atlet berasal dari mahasiswa UMS dari berbagai jurusan dan angkatan. Tim terbentuk melalui beberapa tahapan seleksi, diklat ruangan, diklat lapangan dan program pembinaan atlet yang bertujuan untuk mengasah kemampuan serta menambah jam terbang bermain atlet. Tim tenis lapangan UMS sudah mengikuti sejumlah turnamen tenis bergengsi tingkat regional, daerah dan nasional yang selalu diadakan tiap tahunnya. Sejumlah turnamen yang diikuti tim tenis UMS hingga saat ini belum mampu memperoleh prestasi dan berkontribusi dalam penyumbangan medali emas beserta piala. Atlet tenis lapangan UMS yang disiapkan untuk mengikuti sejumlah tournament memiliki target minimal posisi juara tiga. Namun kenyataannya tim tenis lapangan UMS masih belum mampu mencapai target tersebut hanya berhenti di penyisihan grup saja. Namun belum juga dapat menghasilkan sejumlah prestasi dan berkontribusi dalam penyumbangan medali beserta piala. Hal ini yang

menyebabkan peneliti untuk mengadakan penelitian mengapa tim tenis lapangan UMS belum bisa meraih target dalam menjuarai turnamen yang diikuti.

Hal ini didukung oleh hasil wawancara pada pelatih dan atlet. Peneliti melakukan wawancara pada pelatih, dari hasil wawancara yang diperoleh pelatih mengatakan prestasi atlet tenis lapangan UMS masih jauh dari harapan disebabkan banyak hal antara lain : kurang maksimalnya waktu dan jadwal latihan yang diberikan, kurangnya jam terbang atlet dalam bertanding, mental bertanding yang lemah ketika menghadapi lawan atau tim yang lebih unggul, atlet terlihat terbebani tidak mampu bermain lepas (optimal) ketika menghadapi lawan atau tim yang lebih unggul, dan keterbatasan dana operasional dan fasilitas. Kemudian peneliti juga melakukan wawancara pada atlet tenis lapangan UMS, hasil wawancara yang diperoleh atlet mengatakan ketika menjalani program latihan yang diberikan atlet masih merasa ragu – ragu untuk menjalankan program tersebut, kurang disiplin dan tanggung jawab, dan masih merasa kurang percaya diri dan merasa kurang termotivasi. Ketika menghadapi pertandingan, atlet merasa tegang atau kurang *rileks* sehingga tidak mampu bermain optimal, terkadang atlet mengalami kesulitan berkonsentrasi, merasa takut akan gagal menghadapi pertandingan, atlet merasa ragu – ragu ketika menghadapi lawan atau tim yang lebih unggul, merasa grogi terpengaruh situasi gaduh yang ditimbulkan penonton dan lontaran komentar negatif dari penonton yang menjatuhkan mental atlet.

Perbedaan antara atlet yang sering bertanding dan selalu memperoleh prestasi dengan atlet yang sering bertanding namun kurang memperoleh prestasi. atlet yang sering memperoleh prestasi memiliki keberanian untuk mengambil resiko yang bakal diterimanya karena ada kecenderungan untuk menguasai dan memenangi suatu pertandingan. Atlet yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi cenderung lebih tertarik dan memilih situasi yang menantang. Atlet lebih tertarik melakukan sejumlah tugas atau menginginkan porsi latihan yang banyak dan berat supaya mampu meningkatkan jam terbang bermain dan memotivasi

atlet untuk selalu meningkatkan kemampuannya. Hal ini yang dilakukan atlet melakukan evaluasi setiap kali selesai menghadapi suatu pertandingan. Mereka akan melakukan evaluasi dengan pihak pelatih dan manajemen. Mereka tidak hanya menginginkan kemenangan yang diperoleh, melainkan konsistensi performa diri atlet sebelum menghadapi sebuah pertandingan kembali. Satiadarma (2000).

Motivasi berprestasi pada seorang atlet sebagai modal penting untuk mendorong mereka menghadapi pertandingan dengan sebaik mungkin, mampu bermain lepas (optimal), tidak memperdulikan kondisi di lapangan seperti apa, tidak memperdulikan siapa lawan yang dihadapinya, dan atlet hanya konsentrasi atau fokus memenangi pertandingan serta mencapai prestasi. Berdasarkan kondisi fenomena diatas, maka peneliti terdorong untuk memfokuskan penelitian ini pada bagaimana motivasi berprestasi yang dimiliki oleh altet tenis lapangan UMS.

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, yaitu proses penyelidikan untuk mendapatkan pemahaman berdasarkan tradisi metodologi penyelidikan yang berbeda untuk mengeksplorasi permasalahan sosial ataupun permasalahan manusia (Creswell, 2007). Lebih lanjut Creswell menjelaskan peneliti membangun gambaran yang kompleks dan menyeluruh, menganalisis kata-kata, melaporkan secara detail mengenai pandangan informan, dan melakukan penelitian dalam seting yang natural.

Subjek penelitian ini adalah atlet tenis lapangan Universitas Muhammdiyah Surakarta yang aktif mengikuti pertandingan dan atlet tersebut bagian dari tim tenis lapangan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Subjek dipilih berdasarkan kriteria atau ciri – ciri sebagai berikut :

1. Berusia 18-23 tahun.
2. Memiliki pengalaman mengikuti pertandingan tingkat daerah hingga tingkat nasional.
3. Mengikuti seleksi dan memenuhi syarat seleksi.



Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kualitatif yang diungkap dengan metode wawancara dan observasi terhadap informan. Teknik wawancara tersebut menggunakan guide untuk menuntun jalannya wawancara. Pedoman (guide) wawancara terdiri atas pertanyaan-pertanyaan yang disusun secara rinci, lengkap, dan sesuai dengan pertanyaan penelitian yang ingin diungkap. Selanjutnya penulis juga melakukan pencatatan data secara manual, dengan maksud memudahkan penulis untuk mencari pokok-pokok penting dari data yang diperoleh sehingga mempermudah untuk melakukan analisis. Observasi dilakukan secara langsung terhadap informan yaitu pada saat berlangsungnya pertandingan.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil wawancara penilaian yang muncul ketika menghadapi lawan di pertandingan, event yang diikuti informan tingkat nasional, di event tersebut bertemu lawan – lawan hebat dan lebih unggul dari informan dari tim berbagai daerah yang memiliki *track record* prestasi dan kemampuan bermain yang bagus. Hal ini sesuai dengan (Islary & Khan 2016) yang menjelaskan motivasi berprestasi dalam penampilan olahraga bagaimana seorang atlet selalu memosisikan diri di situasi menantang dan sulit, sehingga mereka berkembang dengan baik dan mampu mencapai tujuan.

Perasaan yang muncul ketika menghadapi lawan atau tim yang kuat di pertandingan, muncul perasaan campur aduk antara perasaan bangga dan senang dengan perasaan gugup, canggung, cemas, tegang, ragu – ragu dan kurang percaya diri. Hasil observasi menunjukkan bahwa informan ketika menghadapi pertandingan informan terlihat tidak mampu bermain lepas, sering kali mengalami *error* ketika mengembalikan bola dari lawan dan kedudukan skor tertinggal jauh dari lawan. Hal ini sesuai pernyataan Satiadarma (2000) menjelaskan bahwa terkait dengan olahraga, kecemasan dan hilangnya rasa percaya diri seringkali dialami oleh atlet ketika atlet akan menghadapi suatu turnamen. Kecemasan dan kepercayaan diri memiliki peranan penting untuk menentukan prestasi. ketika

seorang atlet merasa cemas, tegang, dan kurang percaya diri, memberi dampak negatif menurunkan motivasi atlet untuk berprestasi.

Menghadapi lawan atau tim kuat, sebelum memasuki lapangan berdoa terlebih dahulu, melihat sisi kelebihan kekurangan lawan lalu memanfaatkan kelemahan yang dimiliki lawan menjadi peluang bagi informan dan menentukan strategi bermain yang akan digunakan untuk menghadapi lawan. Hal observasi menunjukkan Informan terlihat bermain PD dan lepas tanpa beban, terlihat ketika melakukan pemanasan mampu menggungguli lawan, menyerang ke bagian sisi kelemahan lawan hingga memenangkan pertandingan. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Khan & Aziz, 2015) yang menjelaskan tanpa adanya motivasi dalam diri seorang atlet, tidak akan tercapai tujuan atau target memperoleh prestasi. Di dalam olahraga seorang atlet memiliki karakteristik perilaku yang menunjukkan bahwa dirinya memiliki motivasi, misal pengambilan keputusan kemungkinan berhasil atau gagal mencapai prestasi, kemampuan terus mencoba, dan tidak mengutamakan hasil dari yang usaha dilakukan.

Pengalaman mengikuti pertandingan atau kejuaraan, pengalaman mampu memenangkan dan gagal memenangkan pertandingan menjadi tolak ukur tingkat motivasi yang dimiliki pada seorang atlet. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan tim tenis lapangan UMS belum mampu memenangkan pertandingan atau memperoleh prestasi apa pun. Faktor internal yang menyebabkan meliputi saat bertanding hilangnya konsentrasi yang disebabkan perasaan gugup, cemas, tegang, kurang memotivasi diri untuk memenangkan pertandingan dan hilangnya rasa percaya diri serta menghambat informan tampil optimal. Kemudian faktor eksternal adalah terpengaruh sorak penonton atau komentar negatif yang mempengaruhi mental bertanding informan menjadi menurun. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Wattimena, 2015) Ketika atlet dihadapkan pada pertandingan yang tingkatannya tak berbeda jauh dengan kegagalan-kegagalan yang lalu, maka motivasi berprestasinya dikalahkan oleh rasa cemas takut gagal meskipun sebenarnya dia mampu bertanding dengan baik. Memang dalam batas-batas

tertentu kecemasan justru bermanfaat untuk memicu prestasi atlet. Tingkat kecemasan yang tinggi karena kegagalan yang berlangsung terus-menerus akan berakibat buruk pada atlet. Kegagalan yang berulang itu menyebabkan rasa cemas takut gagal yang makin besar. Akhirnya ketika atlet bertanding pikirannya tidak dapat berkonsentrasi.

Ukuran kemenangan dan kekalahan dalam sebuah pertandingan membentuk persepsi seorang atlet. Ketika seorang atlet memiliki persepsi positif atau pikiran positif, hal yang dipikirkannya mampu menghadapi dan mengalahkan lawan serta berhasil memenangkan pertandingan. Sebaliknya ketika seorang atlet memiliki pikiran negatif, hal yang dipikirkannya ketakutan gagal memenangkan pertandingan, tidak mampu menyelesaikan pertandingan dengan baik dan tidak mampu memperoleh prestasi. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan ukuran menang ketika informan mampu bermain lepas (*all out*) saat bertanding, mampu mencapai lebih baik dari pencapaian dari sebelumnya, dan mengatasi rasa cemas, tegang dan demam panggung. Kemudian ukuran kalah informan memiliki pemikir negatif tidak mampu mengalahkan lawan yang dihadapi, mental bertanding menurun sehingga mempengaruhi performa bertanding, dan gagal mengatasi perasaan cemas, tegang dan demam panggung. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Gunarsa, 1996) ketika berpikir positif maka tindakan dan perkataan positif akan mengikutinya, karena pikiran akan menuntun tindakan. Sebagai contoh, jika dalam bermain bulutangkis terlintas pikiran negatif seperti, “takut salah, takut *out*, takut pukulannya tanggung” dan sebagainya, maka kemungkinan terjadi akan besar. Berpikir positif adalah memandang segala sesuatu dari sisi pandang kebbaikannya. Atlet yang berpikir positif akan memandang keterbatasan kemampuannya pada suatu saat, bukan suatu kebodohan yang menimbulkan berbagai kesialan, tetapi memandang sebagai suatu tantangan yang amat nikmat untuk diatasi.

Hasil dari sebuah pertandingan yang diperoleh atlet memunculkan berbagai perasaan ketika mampu memenangkan pertandingan dan gagal memenangkan

pertandingan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan informan mengatakan perasaan yang muncul ketika pertandingan berakhir dengan hasil memenangkan pertandingan adalah muncul perasaan bangga atas pencapaian yang diperoleh, dan memiliki rasa tanggung jawab untuk meningkatkan kemampuan atau pencapaian yang lebih baik dari pencapaian sebelumnya. Kemudian ketika hasil gagal memenangkan pertandingan adalah informan merasa senang walau hasil yang diperoleh belum maksimal, lalu rasa kecewa, merasa malu ketika latihan mampu bermain bagus atau optimal namun saat bertanding bermain buruk atau kurang optimal, dan informan merasa memiliki tugas untuk memperbaiki penampilan yang kurang optimal sebelum menghadapi event berikutnya. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Satiadarma, 2000) Motivasi berprestasi atau sering disebut *achievement motivation* ialah orientasi individu dalam upaya mewujudkan sesuatu dengan semaksimal mungkin. Mampu menyelesaikan tugas dengan baik dan menghadapi situasi menantang serta mampu bertahan dalam situasi gagal.

Hubungan, komunikasi dan peran seorang atlet yang terhadap atlet sebelum menghadapi dan saat bertanding menjadi bagian penting bagi atlet untuk mempersiapkan diri. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan informan menjelaskan hubungan dan komunikasi dengan pelatih di dalam dan di luar lapangan serta peran yang diberikan pelatih. Hubungan dan komunikasi dengan pelatih tergolong baik. Di dalam lapangan pelatih menjadi mediasi untuk sharing para atlet, sosok pelatih adalah sosok yang tegas, disiplin ketika atlet malas berlatih dan datang terlambat di jadwal latihan. Hubungan dengan pelatih di luar lapangan melakukan ibadah berjamaah, dan berkumpul bersama. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Adisasmito, 2007) rendahnya motivasi berprestasi yang dimiliki atlet dapat dilihat dari keseriusan dan kedisiplinan dalam berlatih. Misalnya, atlet yang motivasinya rendah akan malas dalam berlatih, tidak semangat, tidak tepat waktu dalam melakukan latihan, rendahnya konsentrasi dalam latihan, tidak mempunyai inisiatif untuk berlatih dan hanya bergantung pada pelatih, sehingga pembinaan atlet menjadi kacau dan bisa mengalami

kegagalan dalam membina atlet. Pembinaan berupa pemberian motivasi sangatlah perlu agar atlet bisa memilih tugas mana yang wajib untuk dikerjakan dengan baik dan atlet bisa tekun dan inovatif mengerjakannya sehingga bisa melaksanakan tanggung jawabnya sebagai atlet dengan baik. . Kemudian informan menjelaskan ketika bertanding peran yang diberikan pelatih adalah memberi instruksi bermain atau mendikte atlet, memotivasi atlet ketika mental menurun serta mampu mengejar ketertinggalan dan mengevaluasi jalannya pertandingan. menurut informan peran yang dilakukan pelatih masih perlu dimaksimalkan lagi dalam memberi dorongan dan motivasi terhadap para atlet. Hasil observasi yang menunjukkan selama pertandingan peran pelatih yang diberikan ke informan memberi instruksi atau mendikte untuk bermain sesuai arahan dilakukan setiap kali informan sedang *time out* (istirahat). Setelah mendapat instruksi informan mencoba bermain dan menerapkan arahan dari pelatih. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Adisasmito, 2007) salah satu cara untuk meningkatkan motivasi berprestasi adalah adanya rasa aman dan hubungan interpersonal dengan orang lain. Pelatih adalah orang terdekat atlet dalam kegiatan latihan seseorang yang bisa membina atletnya untuk mengembangkan secara optimal kesehatan, fisik, mental dan sosial. Seorang pelatih adalah seorang yang harus bisa memberikan rasa aman dan hubungan interpersonal yang baik kepada atlet sehingga bisa membimbing, meningkatkan prestasi, merencanakan program latihan, mengevaluasi proses dan hasil latihan dengan sebaik – baiknya.

Suasana pertandingan yang mendukung tampil optimal adalah suasana yang kondusif, kehadiran rekan tim, pelatih dan keluarga datang *mensupport*, minimnya suara gaduh yang ditimbulkan dari sorak penonton di dalam lapangan. Kemudian suasana pertandingan yang menghambat tampil optimal, sorakan penonton dan lontaran komentar negatif berupa ejekan cercaan, bahkan kata – kata kasar yang mengganggu konsentrasi bermain. Hasil observasi yang menunjukkan Pada saat bertanding di lapangan terdengar sorakan penonton yang menyoraki informan, beberapa informan ada yang terpengaruh dan ada informan

yang tidak mepedulikan sorakan dari penonton. Informan yang terpengaruh sorakan penonton terlihat kurang konsentrasi, kerap kali melakukan *error*, tidak mampu memanfaatkan peluang dan tidak mampu mengejar ketertinggalan dari lawan. Informan yang tidak terpengaruh sorakan dari penonton terlihat bermain lepas dan mampu mengungguli lawan. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Effendi. H., 2016) mengemukakan bahwa emosi ditandai adanya perasaan yang kuat, biasanya merupakan dorongan terhadap bentuk tingkahlaku tertentu. Apabila atlet terganggu dengan hebat akan mempengaruhi fungsi intelektualnya, hal ini akan berpengaruh terhadap penampilan atlet. Kemampuan atlet menerima rangsangan emosional seperti pujian, ejekan, cemoohan, ancaman, baik penonton, pelatih atau teman-temannya akan menentukan kuat lemahnya mental atlet, karena mental atlet meliputi keseluruhan proses kejiwaan yang terorganisir, sehingga gangguan pada aspek emosional akan berpengaruh terhadap kondisi mental secara keseluruhan. Ketidak stabilan emosi akan mengakibatkan keadaan mental akan menjadi goyah, tidak stabil, sering berubah pendirian dan pada waktu bertanding konsentrasinya seringkali kacau, dan dampaknya prestasi tidak ada atau kalah dalam pertandingan. Kemudian informan menjelaskan suasana pertandingan lainnya yang menghambat penampilannya adalah sikap tidak adil wasit memimpin pertandingan yang cenderung menguntungkan lawan. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Soekintaka, 1973) Meningkatnya motivasi berprestasi atlet terjadi apabila dalam suatu pertandingan dipimpin oleh seorang wasit yang baik. Wasit yang baik tidak akan salah dalam putusan – putusannya baik keputusan mengenai penafsiran peraturan permainan maupun penafsiran tentang teknik dan taktik permainan. Dengan demikian wasit yang baik itu berarti juga dapat membantu meningkatkan motivasi berprestasi seorang atlet serta dapat pula membantu mengembangkan teknik dan taktik serta mutu permainan atau pertandingan.

Pasca pertandingan dari pihak atlet mengintrospeksi diri mencari letak kekurangan terkait penampilan yang kurang optimal saat bertanding,

mendiskusikan dengan rekan tim dan pelatih untuk mencari solusi dan diperbaiki di sesi latihan. Kemudian evaluasi yang diberikan dari pihak pelatih dan tim UMS sama, dan evaluasi tersebut diwakilkan oleh pihak pelatih. Evaluasi dari pelatih yang diberikan ke atlet meliputi terkait penampilan atlet kurang optimal saat bertanding, mental bertanding yang masih kurang matang, perasaan cemas, gugup, grogi, minder, kurang percaya diri dan demam panggung perlu penambahan program latihan baru dan penambahan jam terbang bertanding untuk atlet. Hal ini sesuai dengan pernyataan aspek-aspek motivasi berprestasi menurut Adisasmito (2007) untuk meningkatkan motivasi berprestasi pada seorang atlet sebagai berikut : Pemilihan tugas yang menantang, Tanggung jawab, Tekun, Melakukan evaluasi, dan Inovatif.

Evaluasi pribadi informan juga mendapat evaluasi dari pelatih dan tim UMS, Sebelum menerapkan evaluasi yang diberikan informan terlebih dahulu memahami atas masukan atau evaluasi yang diberikan dengan cara memilah masukan yang bermanfaat atau sesuai dan masukan yang kurang bermanfaat atau kurang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi informan terkait penampilan yang kurang optimal. Setelah memilah evaluasi yang diberikan mana yang sesuai mencoba menerapkan masukan yang diberikan di saat menjalani program latihan. Kemudian informan pernah memperoleh kritikan negatif atau dimarahi oleh pelatih terkait penampilan yang kurang optimal. Meningkatkan motivasi diri untuk memperoleh pencapaian lebih baik dari pencapaian sebelumnya. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Walgito, 1997) persepsi memiliki beberapa aspek yaitu: Kognisi, menyangkut komponen pengetahuan, pandangan, pengharapan, cara berpikir / mendapatkan pengetahuan, dan pengalaman masa lalu, serta segala sesuatu yang diperoleh dari pikiran individu. Afeksi, Aspek ini menyangkut komponen perasaan dan keadaan emosi individu terhadap objek tertentu serta segala sesuatu yang menyangkut evaluasi baik buruk berdasarkan faktor emosional seseorang; dan Konasi, Aspek konasi menyangkut motivasi, sikap,

perilaku atau aktivitas individu sesuai dengan persepsinya terhadap suatu objek atau keadaan tertentu.

Mampu memenangkan pertandingan, memperoleh apresiasi atas usaha dan upaya yang dilakukan para atlet. Kemudian penilaian ketika gagal memenangkan pertandingan, atlet pernah mengalami kritikan atau komentar negatif ketika belum mampu memperoleh prestasi. Hal yang pernah dialami atlet di *rasani* atau menjadi bahan obrolan rekan tim, namun atlet menanggapinya menjadi bahan evaluasi diri, dan memacu semangat untuk melampaui pencapaian lebih baik dari sebelumnya. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Karyono, 2006) pelatih diharapkan menjadi konselor yang mampu memahami karakter atlet asuhannya dan bisa memberikan bimbingan yang konstruktif terutama untuk membangun kesiapan dan kekuatan mental. Beberapa hal yang dibutuhkan oleh atlet salah satunya *Giving Encouragement Than Criticism* (memberi dorongan dan kritikan) adalah Sikap dan kata-kata pelatih akan didengar dan dipercaya oleh atlet asuhannya. Jika pelatih mengatakan atletnya buruk, lemah, payah, bisa ditunggu dalam beberapa waktu kemudian kemungkinan atlet tersebut akan lemah dan payah. Meski pelatih dituntut untuk tetap jujur dalam memberikan opini dan penilaian, namun hendaknya opini dan penilaian tersebut sifatnya obyektif dan rasional, bukan emosional. Kata-kata kasar yang bersifat melecehkan atau menghina, lebih menjatuhkan moral daripada menggugah semangat.

#### **4. PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian terdapat beberapa kesimpulan yang dapat diambil oleh peneliti. Ketika menghadapi event memiliki pemikiran dan penilaian akan bertemu lawan yang hebat, lebih unggul dan memiliki prestasi yang bagus.. Atlet menghadapi pertandingan, pengalaman atlet mengikuti event semenjak bergabung tim tenis lapangan UMS. Semenjak bergabung tim UMS belum pernah memenangkan atau memperoleh prestasi. faktor yang mempengaruhi gagal kurangnya motivasi diri atlet untuk berprestasi, dan mental bertanding yang kurang matang. Atlet memiliki pandangan ukuran menang ketika atlet bertanding



mampu tampil optimal tanpa beban. Ukuran kalah atlet menyerah sebelum menyelesaikan pertandingan. Atlet memiliki hubungan dan komunikasi dengan pelatih di dalam dan di luar lapangan tergolong baik. Peran pelatih berikan kepada atlet mulai dari memberikan program latihan, mengevaluasi penampilan atlet, mendampingi atlet, memberi instruksi bermain kepada atlet, memberi dorongan dan motivasi kepada atlet saat bertanding. Suasana lapangan yang kurang kondusif yang disebabkan kegaduhan penonton, komentar negatif dari penonton dan sikap dan keputusan wasit yang kurang adil dalam memimpin pertandingan. Pasca pertandingan atlet, pelatih dan tim melakukan sejumlah evaluasi terkait hasil pertandingan yang diperoleh. Atlet melakukan mengevaluasi penampilannya yang kurang optimal, meningkatkan motivasi diri, menerima masukan atau evaluasi dari pelatih dan tim dan menerapkannya di program latihan. Pengalaman atlet ketika gagal memenangkan pertandingan, atlet memperoleh komentar negatif, dikucilkan dan menjadi bahan omonngan oleh rekan tim.

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini, peneliti memberikan saran yang dapat dipertimbangkan oleh beberapa pihak. Pertama pihak atlet tenis lapangan UMS, Atlet tenis lapangan UMS untuk lebih disiplin datang dan mengikuti sesi program latihan yang diberikan pelatih, lebih menambah jam terbang bertanding supaya mental bertanding lebih matang dan motivasi berprestasi dalam bertanding semakin meningkat. Kedua pihak Pelatih Tim Tenis Lapangan UMS menyusun ulang program latihan yang lebih sesuai dan dibutuhkan atlet mulai dari porsi latihan sebelum bertanding, menambah porsi jam terbang bertanding atlet atau *sparing partner* dengan tim tenis lapangan lain, dan program evaluasi yang selalu terprogram atau terpantau. kemudian peran pelatih dalam memotivasi dan mendorong atlet untuk berprestasi lebih dievaluasi dan ditingkatkan lebih baik dan optimal. Ketiga pihak Tim Tenis Lapangan UMS sebagai manajerial tim untuk mengorganisir atlet dan pelatih, menyiapkan kebutuhan atlet mulai dari fasilitas latihan, fasilitas latihan tanding, dan fasilitas ketika mengikuti event atau kejuaraan. Kemudian tim tenis lapangan UMS

sebagai manajaemen tim bersinergi dengan pelatih mengelola SDM, membantu atlet ketika mengalami kekalahan atau gagal memperoleh prestasi sebaiknya adanya dorongan moral (menyemangati) serta mengurangi komentar negatif (merasani) atas kegagalan yang diperoleh supaya atlet merasa terdorong dan termotivasi lagi untuk mengikuti event berikutnya. Keempat peneliti selanjutnya, mampu melanjutkan penelitian ini dan mampu memberi solusi untuk meningkatkan motivasi berprestasi pada atlet supaya atlet mampu mencapai prestasi optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmito, L. S. (2007). *Mental Juara Modal Atlet Berprestasi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Aliffahmawati, N. R. (2015). Tingkat Kecemasan Dan *Stress* Pada Atlet Tennis Lapangan PON Remaja I Di Surabaya Tahun 2014. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta : Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
- Almatsier. (1985), *Bimbingan Main Tennis Cepat dan Mudah*. Jakarta: Mutiara
- Creswell, J. W. (2010). *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Effendi,H. (2016). *Peranan Psikologi Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet*. *Journal Ilmu Pengetahuan Sosial*. Vol. 1 : ISSN 2541-657X
- Gunarsa, S. D. (2004). *Psikologi Olahraga*. Jakarta : PT Gunung Mulia
- Gunarsa, S.D. (1996). *Psikologi Olahraga Teori dan Praktik*. Jakarta : PT Gunung Mulia.
- Herdiansyah, H. (2013). *Wawancara, Observasi, dan Focus Groups*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Islary, M. & Khan, M. A. (2016). *Sports Achievement Motivation Of All India Intervarsity Tennis Player*. *International Journal of Academic Research and Development*. Vol. 1, No. 5 : 36-37

- Karyono, 2006. *Sang Juara Harus Dicitak*. Majalah Psikologi Plus, Edisi Juli 2006.
- Khan, N. & Aziz, K. (2015). *Comparative Study Of Sports Competitive Anxiety And Sports Achievement Motivation Between Basketball Players And All India Intervarsity Running Events Athletes. International Journal of Modern Chemistry and Applied Science*. Vol. 2, No. 4 : 235 – 237
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik Dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Penebar Swadaya Group.
- Satiadarma, M. P. (2000). *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Setyawati, H. & Kuspriyani, D. S. (2014). *Survei Motivasi Prestasi Atlet Klub Bulutangkis Pendowo Semarang Tahun 2014. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*. Vol. 1, No. 2
- Soekintaka. (1973). *Dasar – Dasar Umum Perwasitan*. Jakarta : Direktorat Jendral Olahraga dan Pemuda. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Walgito, Bimo. (1997). *Pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wattimena, F. Y. (2015). *Hubungan Motivasi Berprestasi Dan Kecemasan Terhadap sukad Prestasi Panahan Ronde Recurve Pada Atlet Panahan. Motion*. Vol. VI, No.1